



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Jörg Lehmann

Verein: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
Startnummer: 648

Strecke: 10,10 km
10,1 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49) I

Gesamt-Zeit: 48:33

Geschwindigkeit: 12,36 km/h
Laufleistung: 4:48 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 10 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 117)

Bestzeit der Strecke: 38:24

Kategorie-Platzierung: 2(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 45:04

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Ilsestein	4,10	21:23	5:12	2	1:22	9	3:44	4,10	21:23	5:12	2	1:22	9	3:44
Kontrolle	0,90	5:23	5:58	2	0:22	9	2:17	5,00	26:46	5:21	2	1:44	10	23:40
Ilsestein	1,00	4:56	4:56	2	0:23	10	1:20	6,00	31:42	5:16	2	2:07	10	15:37
Ilseburg/Markt	4,10	16:51	4:06	2	1:22	15	4:00	10,10	48:33	4:48	2	3:29	9	10:09